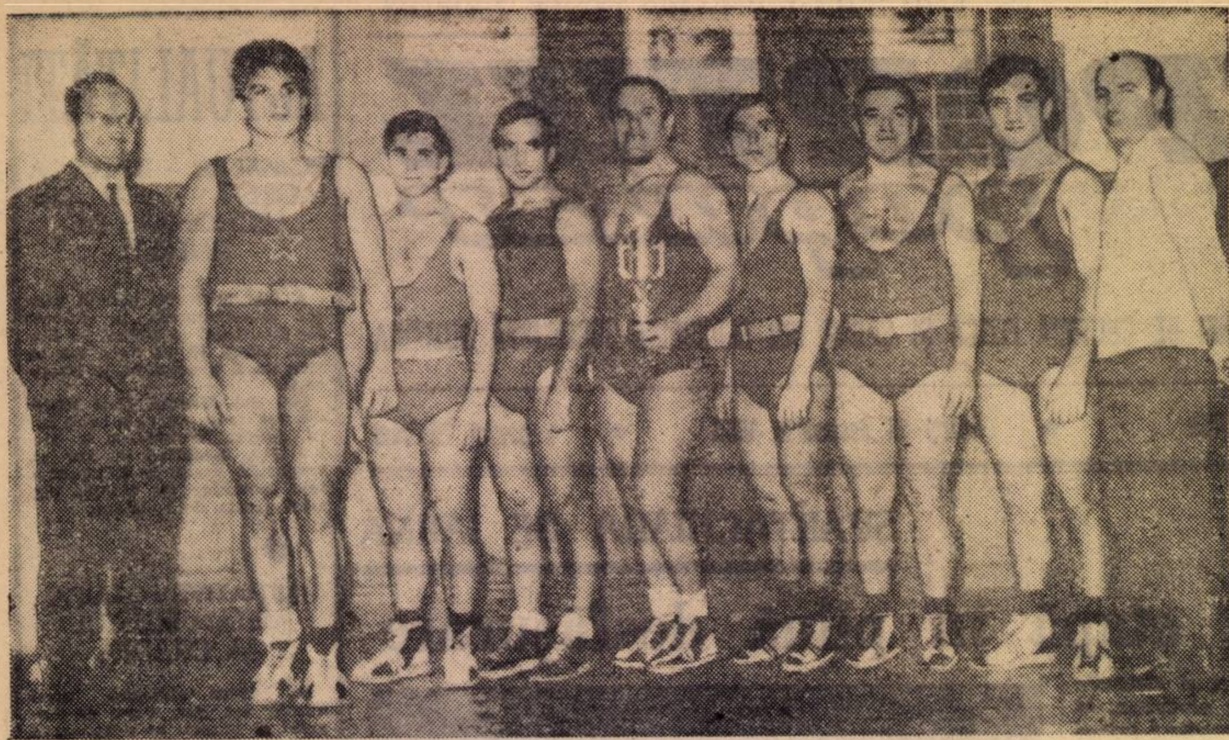


HALTERE

ECHIPA CAMPIOANĂ

De 13 ori campioană a țării (11 ani consecutiv) — iată palmaresul echipei Steaua de-a lungul celor 16 ediții ale campionatului republican de haltere pe echipe.

Iată-i pe componenții clubului Steaua care, prin comportarea lor, au adus clubului din Calea Plevnei titlul de campioană republicană pe echipe la haltere, pe anul 1966.

Z. Fiat — maestru al sportului — născut în 1944 — recordman republican la cat. cocoș, cu 320 kg; activează de 4 ani la Steaua. A. Toma (1940); cea mai bună performanță : 330 kg la cat. pană; de 5 ani la Steaua. Dragoș Niculescu (1941); cea mai bună performanță — 350 kg la cat. ușoară ; de 3 ani la Steaua. Fr. Marton (1944) ; de 3 ani la Steaua. Cea mai bună performanță 357,5 kg la cat. semimijlocie. M. Cristea (1943) ; cea mai bună performanță — 420 kg la cat. mijlocie; de 4 ani la Steaua. D. Dolofan (1943); cea mai bună performanță — 410 kg la cat. semigrea; de 6 ani la Steaua. A. Vasarhely (1930); 370 kg la cat. grea; de 15 ani la Steaua.

În fotografie, de la stînga la dreapta : **Ștefan Achim** (antrenor), **Daniel Dolofan, Zoro Fiat, Dragoș Niculescu, Atilla Vasarhely, Alexandru Toma, Marin Cristea, Francisc Marton** și **Gh. Mănăilescu** (antrenor).

Foto : T. ROIBU

Cînd vor începe întrecerile în orașul Sighișoara?

(Urmare din pag. 1)

întîietatea peste 300 de tineri, iar anul acesta a avut loc pînă acum numai un concurs de șah cu 29 de jucători, devine și mai clară atitudinea pasivă a consiliului asociației Faianța față de noua ediție a acestei mari competiții de masă.

PLANURI BUNE, DAR...

Deși dispune de o bază sportivă care ar putea găzdui în bune condițiuni concursuri de șah, tenis de masă și popice, întreceri așteptate cu nerăbdare de mulți dintre cei peste 800 de membri UCFS, asociația sportivă Voința n-a realizat pînă la 9 decembrie nici o acțiune concretă în cadrul Spartachiadei de iarnă.

— Nu cumva sînteți în întîrziere ?...

— **Ba da,** ne-a răspuns activistul salariat Laurențiu Gulacsi, secretarul asociației Voința. **Avem, totuși, timp să organizăm suficiente întreceri pînă la încheierea primei etape a Spartachiadei. Priviți** — și ne-a arătat un dosar cu planul de acțiune — **am programat concursuri la 10 ramuri de sport.**

Nimic de zis, un plan bun. Din dosar lipseau însă tocmai lucrurile esențiale : diagramele concursurilor, graficele de eșalonare a întrecerilor și, ceea ce este mai important, listele de înscriere ale concurenților din cinci dintre cele opt grupe sportive...

ACELAȘI REFREN...

La I.I.S. „6 Martie" am discutat cu tovarășul Ion Florea, președintele asociației sportive Textila, unde există 825 membri UCFS.

— Aveți un plan de măsuri ? Cînd încep întrecerile ?

Interlocutorul a rămas pe gînduri. După un timp de tăcere, a răspuns :

— **Nu avem deocamdată un plan concret, dar vom organiza întreceri de șah, tenis de masă și popice. Toată activitatea se va desfășura la clubul și la arena de popice din întreprinderea noastră. Cît privește concursurile,** a continuat pe un ton care nu trăda îngrijorare, **avem destul timp să ne realizăm proiectele pînă la 12 februarie, cînd se termină prima etapă.**

Așadar, la Textila n-au fost întocmite pînă acum nici măcar proiectele pentru organizarea viitoarelor concursuri, motivîndu-se rămînerea în urmă cu același argument : **„Mai avem timp".** Dar timpul nu așteaptă...

★

În cele mai multe dintre asociațiile sportive din orașul Sighișoara, pînă la data vizitei noastre nu începuseră concursurile Spartachiadei de iarnă. Explicația acestei situații trebuie căutată în slaba preocupare manifestată de Consiliul orășenesc UCFS și de consiliile asociațiilor sportive. Ar fi cazul să se ia de urgență măsuri care să impulsioneze activitatea.

TRAIAN IOANIȚESCU

Orașul nostru — ca o floare!

(Urmare din pag. 1)

lități, Consiliul de Miniștri al Republicii Socialiste România, la propunerea Comisiei centrale pentru urmărirea rezultatelor întrecerii, a acordat, printr-o Hotărîre, însemnate premii și mențiuni, în valoare de 3 450 000 de lei, orașelor regionale și raionale care au avut cele mai frumoase realizări. Premiul I a revenit orașului Pitești, premiul II — orașului Satu Mare, premiul III — orașului Botoșani. Orașele Piatra Neamț și Călărași au fost distinse cu mențiunea I și, respectiv, a II-a. Dintre orașele raionale au primit premii : Gheorghieni (I), Vaslui (II) și Alba Iulia (III). În baza Hotărîrii Consiliului de Miniștri, prin decizii ale Comitetelor executive ale sfaturilor populare cetățenilor fruntași în întrecerea patriotică li se acordă insigne. Pentru sportivi acest însemn al hărniciei este, de asemenea, un motiv de legitimă mîndrie.

În noul an, asociațiile și cluburile sportive alături de celelalte organizații de masă și obștești își vor lărgi și mai mult contribuția la întrecerea patriotică pentru continua înfrumusețare a localităților patriei. Este o datorie de onoare a tineretului sportiv să fie în primele rînduri ale acestei acțiuni, să contribuie în mod direct la deplina ei reușită.

„Orașul, satul în care locuim, să fie ca o floare !"

VOLEI

REZULTATE ȘI AMĂNUNTE DE LA ULTIMA ETAPĂ A TURULUI ÎN CATEGORIA B

A.S.A. Sibiu — Semănătoarea București (m) **3—1 (10, —9, 14, 9).** Sibienii au fost superiori în atac (remarcat **Chinzeriuc,** cel mai bun de pe teren), în vreme ce oaspeții s-au prezentat slab la blocaj și în linia a doua. (**I. BOȚOCAN**-coresp.).

Farul Constanța — I.C. Arad (m) **3—0 (4, 6, 3).** Victorie clară, obținută în 40 de minute de joc. (**E. PETRE**-coresp.).

Electroputere Craiova — C.S.M. Cluj (m) **3—0 (8, 9, 12).** Craiovenii, în formă bună, au dispus ușor de clujeni, încheind pe primul loc în clasament turul campionatului. S-au remarcat **Nițoescu** și **Stoenică** (Electroputere), respectiv **Rusu** și **Lucaci.** (**T. COSTIN**-coresp.).

Ind. sîrmei C. Turzii — Progresul I.R.A. Suceava (m) **3—1 (10, 16, —15, 13).** 140 de minute de joc foarte frumos, în care s-au evidențiat **Stan, Teutsch** și **Triteanu** de la învingători, **Păcuraru** și **Matei** de la învinși. (**P. ȚONEA**-coresp.).

Înainte Timișoara — Progresul București (m) **3—0 (5, 6, 6).** Gazdele, printr-un foarte bun joc la fileu, au învins în mai puțin de o oră. Jucători remarcați : **Weiss, Gheorghiță, Schlett** (Înainte), respectiv **Vasiliu.** (**P. ARCAN**-coresp. principal).

Medicina București — Universitatea Craiova (m) **3—1 (—12, 3, 16, 9).** 75 min. de joc spectaculos, încheiat cu victoria bucureștenilor, superiori din toate punctele de vedere, dar mai ales la blocaj. S-au evidențiat : **Șerbănescu, Șerban, Ionescu, Băcăoanu** și **Popescu** de la Medicina, iar de la craioveni — **Bojan, Cernăianu** și **Chirițescu.** (— C. F. —).

fel fără înfrîngere turul campionatului. Cei mai buni de pe teren : **Cristescu, Chirițoiu, Dumitrescu** (I.C.F.), **Cojocaru, Comarnischi** și **Müller** de la gazde. (**ST. BĂLOI**-coresp. principal).

Politehnica Cluj — Construcții București (m) **3—0 (13, 13, 14).**

Pedagogic Tg. Mureș — Universitatea București (m) **1—3 (—7, —13, 12, —15).** Victorie meritată a oaspeților, care au jucat mai calm, în timp ce gazdele au acționat nervos în finalul meciului. (**C. ALBU**-coresp.).

Universitatea Timișoara — Politehnica Iași (m) **1—3 (11, —14, —14, —12).** Joc frumos, de mare luptă, în care s-au remarcat **Pruneș** de la ieșeni și **Postolache** de la timișoreni. (**I. JURA**-coresp.).

Drapelul roșu Sibiu — Progresul București (f) **3—1 (6, —13, 9, 5).** Victorie clară, prin care gazdele au terminat turul campionatului neînvinse, pe primul loc în clasament. Bucureștencele s-au comportat inegal, greșind mult în finalul meciului.

Tricotajul Brașov — Liceul „N. Bălcescu" Cluj (f) **3—1 (—15, 6, 7, 6).** Meci slab sub aspectul tehnic. (**EUG. BOGDAN**-coresp.).

Sănătatea Arad — Voința Botoșani (f) **1—3 (6, —12, —14, —7).** Sănătatea — joc nervos și dezorganizat ; Voința — joc calm și o jucătoare în zi foarte bună, **Iamandi.** (**GH. NICOLAIȚĂ**-coresp.).

Voința M. Ciuc — Corvinul Deva (f) **1—3 (—9, —12, 7, —16).** Joc și rezultat influențate de arbitrajul slab prestat de **Fl. Borz** (B. Mare). (**B. SEBÖK**-coresp.).

Progresul Tîrgoviște — Metalul



Fază din meciul masculin de categorie B, Medicina București — Universitatea Craiova (3—1), jucat duminică în Capitală. Șerbănescu (Medicina) va „pune" mingea pe lîngă blocajul craiovenilor Chirițescu și Hupoi

Foto : T. Roibu

Știința Petroșeni — I.C.F. București (m) **2—3 (14, —6, 10, —5, 10).** Joc de ridicată factură tehnică. Bucureștenii, cu o pregătire fizică mai bună, au învins, terminînd astfel...

București (f) **3—1 (10, 13, —12, 9).** Bucureștencele au jucat mai aproape de valoarea lor doar în setul cîștigat, în rest gazdele fiind destul de clar superioare. (**A. CRISTEA**-coresp.).

Universitatea Timișoara — Medicina Tg. Mureș (f) **3—0 (4, 13, 11).** Joc echilibrat, la capătul căruia timișorencele, superioare net în momentele „cheie", au terminat neînvinse prima parte a campionatului, fiind campioane de toamnă. (**A. ARNĂUTU**-coresp.).

Medicina București — Universitatea București (f) **3—2 (—6, —10, 11, 5, 10).** 100 min. de joc frumos și echilibrat, victorie meritată a medicinistelor, mai decise și în apărare și, mai ales, în atac. S-au remarcat : **Grigore, Klein, Bărbulescu** și **Iamandi** de la Medicina, **Ceamurian** și **Amzuică** de la Universitatea. (—**C. F.**—)

Politehnica Brașov — Științe economice București (f) **3—1 (—13, 15, 4, 8).** Jucătoare evidențiate : **Pripiș, Sculeanu** (Politehnica), respectiv **Olteanu** și **Stelescu.** (**T. MANIU**-coresp.).

Pedagogic Pitești — Politehnica Galați (f) **3—0 (11, 8, 6).** Învingătoarele s-au impus prin atacuri mai în forță și o apărare fermă în linia a doua. (**I. ONICEL**-coresp.).

Universitatea Iași — Medicina Cluj (f) **3—0 (8, 4, 14).** Victorie comodă a gazdelor, cărora clujencele le-au opus oarecare rezistență doar în ultimul set. (**T. ONIGA**-coresp.).

SCHI

CUM NE PREGĂTIM PE ZĂPADĂ

(Urmare din pag. 1)

Cu cît ne apropiem de începerea concursurilor, antrenamentele trebuie să capete caracterul pregătirii, pentru acestea reducîndu-se volumul și sporind intensitatea, în așa fel încît să depășească uneori eforturile din concursuri. Este etapa scurtă în care se condensează calitativ numărul kilometrilor de coborîre, numărul mare de porți și diferențele de nivel parcurse în volumul mare după căderea zăpezii. De fapt, această mare cantitate de muncă tehnică și fizică specifică constituie baza viitoarelor performanțe. Și, repet, tehnica nu trebuie privită ca un scop în sine, ca o formă estetică de mișcare, ci trebuie subordonată scopului : eficacitatea maximă exprimată prin economia de efort și de timp necesară realizării uneia sau mai multor mișcări.

Calea spre atingerea acestui scop este șlefuirea pînă la virtuozitate a tehnicii de competiție, prin repetarea în condiții cît mai variate de teren, zăpadă și stare a timpului și la viteze din ce în ce mai mari, a mișcărilor tehnice. Pare destul de simplu în exprimare, dar este extraordinar de greu de realizat în practică. Numai cei hotărîți în acțiuni, numai cei cu voință de fier — calități ale marilor campioni — reușesc acest lucru.

Realizînd sarcinile arătate mai sus pe scurt și respectînd caracteristicile metodice comentate, antrenamentele specifice de după căderea zăpezii ar trebui să aibă următoarea structură :

— în primele 3—4 zile schi liber, coborîri lungi cu un număr cît mai redus de viraje. La început cu opriri intermediare, apoi coborîri continue ;

— după aceste 3—4 zile de schi liber virajele devin obligatorii prin marcarea cu fanioane. Marcajul se schimbă după fiecare coborîre. În prima parte sînt recomandabile treceri prin trasee necunoscute, pe care schiorul le vede și la care se adaptează în mișcare, în coborîre. Este ceea ce se numește într-un termen propriu „schi-reflex" care se poate folosi atît pentru slalom uriaș, cît și pentru slalom special. Sînt recomandabile 20—25 treceri prin trasee de slalom uriaș și 20—25 treceri prin slalom special ;

— urmează o altă etapă ce ar putea fi denumită „schi de precizie", în care fiecare schior trebuie să parcurgă același traseu de trei ori. Prima dată prin slalom, fără să-l cunoască, cu viteză medie, a doua oară pe lîngă el, pentru memorare, și a treia oară prin slalom, cu maximum de viteză. Pentru proba de coborîre trebuie exersate pozițiile de căutare de viteză (înaltă și joasă), trebuie găsită poziția funcțională cea mai economică ca efort și aerodinamism, proprie fiecărui schior, trebuie obținută o acomodare a sportivului cu vitezele mari și format un spirit ofensiv, dinamic față de dificultățile tehnice și de pe teren. Se înțelege de la sine că se recomandă folosirea acelor trasee deservite de mijloace mecanice de urcare.

După cum se vede, se practică un antrenament pe probe după o planificare prealabilă care trebuie privită într-o formă elastică din cauza condițiilor atmosferice sau a grosimii stratului de zăpadă. Cînd nu este posibilă o lecție de coborîre din cauza ceții sau zăpezii mari, se adaptează antrenamentul pentru slalom special sau uriaș pe porțiuni mai reduse, unde se poate bătători zăpada și unde vizibilitatea permite acest lucru.

Într-o fază mai avansată se introduc controale cronometrate pe întregul parcurs sau numai pe anumite porțiuni.